走向清華

冷智妈妈育儿油记

LENGZHI MAMA YUER ZOUYOU

中国社会科学出版社

COAY Books

目录
Content

- 卷首语——献给为人父母的人们
- 前 言
- 1.1 读书
- 1.2 思考
- 1.3 观察
- 1.4 收获
- 1.5 形成理念
- 1.6 对胎教的思考
- 1.7 目标
- 2.1 新鲜空气
- 2.2 定时喂奶
- 2.3 保证休息
- 2.4 亲女交流
- 2.5 爸爸的爱
- 3.1养成与习惯的阐释
- 3.2 谁掌帅
- 3.3 选择快乐
- 3.3.1 孩子你别哭
- 3.3.2 提问回答
- 3.3.3 创造并感受着快乐
- 3.3.4 独立的快乐
- 3.3.5 谁笑话
- 3.3.6 出众与快乐
- 3.4.1你必须这样
- 3.4.2你不能这样
- 3.4.3任性可不好
- 3.4.4人来不疯
- 3.4.5饮食不挑
- 3.4.6性急的人做事做两遍
- 3.4.7不用错误纠正错误

- 3.5.1让着小弟弟
- 3.5.2打针不哭
- 3.5.3只哭不闹
- 3.5.4炼就好身板
- 3.6.1语言与理解
- 3.6.2热爱生活
- 3.6.3亲历知识
- 3.6.4能力与自信
- 3.6.5计划与注意
- 3.7.1和谐与尊重
- 3.7.2勤奋与积极
- 3.8.1不听阿姨的
- 3.8.2打疼他
- 后记

卷首语——献给为人父母的人们

亚力士多德曾经说过的两句话："尽力做好你能做的事"，还有"适可而止"。在和孩子们相处、互动的教育生活里，我们需要随时处处努力着"恰到好处"。要想办法巧妙地平衡冷静和娇宠在教育中的作用，从而成功地、愉悦地完成社会赋予每个家庭教育未成年子女的工作。

这是一个母亲经心教育孩子的心情笔记。静心地阅读，能让我们透过母子间琐碎的和富有情趣的对话，透过或许每个孩子都会经历，每个母亲都曾彷徨过的故事，发现教育本身是快乐的生活方式。

愉快的生活，轻松的教育；不高压督促学习，却让孩子生出自愿努力的坚韧和耐心。有趣的是我们将会从书中的字里行间看到，考入清华大学并非作者教育的主要目的，在收获孩子的勇气、正直、担负责任、心怀宽大的同时，优异的成绩反而更像是一个赠品。

罗素说没有科学的爱是无能为力的，此书很想提供了一种科学爱的方式。所有的奥秘都在接下来的字里行间里。

前 言

女儿长大了，成为国内最知名的大学最理想的专业的一名新生。

家里空巢了，于是我有时间经常回味，不断地重复着以往和女儿一起的快乐。

一种朴实的冲动，不断地搅动着我的内心，我要把自己的快乐、自豪、幸福记录下来，为了更多的快乐。

我不是教育家，这不妨碍我切实地帮助孩子成长。我不是理论家，这不妨碍我把别人的经历提炼为我自己的认识。所以，我有自己的养、育思想，这就是：孩子或许不需要教育，只是需要帮助、养、育而已。所以，我从不愿意用教育二字，我觉得它们带有一定的主、被动关系，总觉得谈到孩子的教育问题时，家长总是处于某种主动位置，而不能把孩子作为一个平等的人对待。所以我不喜欢。

养，在我看来，就是帮助孩子养成好的行为与心性习惯。好的行为与心性习惯是孩子终生取之不尽，用之不竭的储蓄，不好的行为与心性习惯则是孩子终生无法偿清的债务。不是耸人听闻，不信仔细想一想自己的一些失误、失败，多数均源于行为上或思维上的某种奇怪的惯性。

育，在我看来，就是帮助孩子健康成长。健康是孩子“革命”的本钱，没有健康，聪明、智慧何以足用。

我总是力图寻找疼爱和管束之间的平衡。因为我看到，很多孩子经常在严厉的、压制性的控制和放任自流的纵容之间摆来摆去。我想这两种极端的做法都会在孩子身上留下特殊伤痕。

就是这种养、育、爱的平衡理念，伴随着我和女儿的成长。

我，成为一个爱在深处的“冷智妈妈”。

女儿，成长为一个“独立自主”的人。

作者

2008年

1.1 读书

我读了一些书，首先是孕、婴知识类，这些不大记得书名，但对我育儿的帮助很大，尤其是一些新生儿保健知识，很有用的。记得孩子出生第二天，我们从医院回到租住的农舍里（那是一间有窗棂子的老式小屋），有七十岁的老母和我亲爱的先生陪伴着我，又加上初为人母，那种幸福，是任何做过母亲的人都能体会得到、却无法表达得出的幸福。

我还读了一些养育子女的书。其中对我影响最大的是苏联教育家芭霍娃的《教育子女的艺术》（据我所知，现在北京师范大学图书馆、清华大学图书馆仍有收藏）。作者似乎是卓娅和舒拉的妈妈的同代人，我没有考证过。正是这本叫做《教育子女的艺术》的书，帮我树立了孩子的养、育观念，使我坚信在孩子的成长中，最重要的是孩子的行为与心性习惯的养成，这能锤炼出好的品性。我现在仍然记得书中关于孩子养育的一些细节。

我还读了一本日本的育儿书，因为那时候有一些人在做中、日儿童对比研究，似乎日本人很注意对孩子意志的培养。比如，据说日本人让小孩子冬天里穿着短裤在雪地里玩耍，尽管我并不大相信那是真的，但还是觉得“小儿要得安，三分饥和寒”是有一些道理的。不过，那本书对我培养孩子的意志有无帮助且不说，但有一点我很清楚，它教给我不要让孩子太早上学是很正确的。因为，对于儿童来说，差一岁，其智力、理解、操作的能力差很多，太早上学，反而会因理解能力低或因学业压力大而不利于孩子处于良好的学习状态。大家知道，我国的孩子即使在小学，其学业压力也是非常重的。如果孩子的心理和生理情况没有准备好，我宁可让她晚一点儿上学。这并不是没有根据的迷信，记得在女儿两岁多的时候，我见其他小孩能分辨很多种颜色，我女儿对此却显得滞后。有一天，我通过抢玩具的游戏，反复发出抢到红色积木为胜或抢到绿色积木为胜的信息，企图让她学会分辨

出红色和绿色。到了晚上，我变相让她说出一个绿色玩具的颜色，她竟毫不犹豫地说“黑色”。但过了一个月有余，我发现孩子很轻易地认识了很多颜色，包括不太好分辨的橘红、粉色，等等。所以，就像不到季节草木不发一样，时间对于孩子来说也很重要，急是急不来的。

我还读了一些美国和西方的育儿书。因为，都说美国人很注意孩子的自主意识的培养，所以我刻意去读了一些，也确实很有帮助。遗憾的是，二十年过去了，有些书名竟不大记得了。

1.2 思考

无论如何，做妈妈之前，一定要读一些相关的书籍。这对于养育孩子有益处，因为这能帮助你建立起自己的养育理念。

我必须说明的是，我读了书之后，就建立起了我的养、育观念。所以，我不赞成把早早地教孩子认字、计算称之为智力开发，智力的内涵要远远比这丰富得多。有时候我们很不客观，常常把利用孩子的识读、计算能力与智力开发混为一谈。我个人认为，智力的开发更多的应该是情感、态度、思维与判断，是心智的开发，而非机械记忆的练习。我不知道别人怎么做，我向来把帮助孩子养成好的

行为与心性习惯作为家庭的主要任务，而把学习科学知识更多地认为是学校的任务。所以，孩子的学习只是我关注的一部分，甚至是很少的一部分。如果你帮助孩子养成一事到底、善始善终的习惯，如果你帮助孩子养成积极努力，不怕困难的品性，他必定会以此对待学习。学习也是一件事情，只不过这件事情持续时间比较长，需要付出更多的毅力而已。我个人的实践证明，这样的育儿理念是非常奏效的。

1.3 观察

我记得，为了做好妈妈，我做得最多的准备是观察周围的孩子和家长（这和读书一样重要）。我总是喜欢推敲孩子们身上所表现出的特征的原因，这让我思考了很多问题，也使我更加理解我所阅读的那些养育儿女的著作的内涵，使我能够把多种观点尽可能多地融合，而不是像有些人那样，顾此失彼。我总是力求使自己看到事物本身固然存在的两面性，努力为将来找到平衡点多做些准备。

“我只可以拥有这一个孩子，我绝不可能，也不愿意在自己的孩子这里获得什么经验。”所以，间接观察与思考，成为我做妈妈的最为重要的准备。

——这个孩子总在哭，为什么。是家长忽视了他，他不得不用哭闹获得关爱，还是家长过于重视他的哭闹，以至于孩子会以此为武器。

——这个孩子好任性，不给买这个玩具就是哭着不走。他怎么会这样的?

——同事们总在抱怨孩子学习精力不集中，为什么？他做别的事会精力集中吗?

——“我的孩子能记住电视里的好多故事，是个电视迷。你说他怎么就记不住数学公式？！”这两种记忆有什么不同吗？这两件事情有什么区别?

——“我们家孩子样样都好，就是不能吃苦。”看来能吃苦对孩子很重要，将来我的孩子怎样才能不怕吃苦呢?

——“我家孩子总是拖拖拉拉的，不是忘带作业，就是拖着不走，非等你送才行。”拖拉可不是个好习惯，我的孩子将来怎样才能不拖拉呢?

——隔壁的哥哥和他爸爸一样的爱着急，不管不顾的。是啊，我和亲爱的准

爸爸有什么不好的习惯，客观点吧，可别影响孩子。
准备做妈妈可真不容易呀。但是，我仍然继续幸福地准备着。

1.4 收获

我读了一些书，进行了一些观察与思考，于是我理解了这样一些理念：

孩子的品性与心智的培养可能会影响他今后的人生质量，乃至会决定他的人生之路。

孩子的品性与心智的培养主要来源于家庭，而且这种家庭的教和育开始得应该越早越好。

人是会思考的动物。作为动物属性的孩子，要想养成好的习性，需要训练，而且这种训练在某种程度上可以有一点儿类似于马戏团。作为能够思考的动物的孩子，要想养成好的心智（我指思维、心理和智力），需要引导、帮助、平等和尊重。

对孩子过分的溺爱或忽视都会造成孩子的人格缺陷。所以，我们必须学会分辨。

1.5 形成理念

健康、品性、心智的发展，是我养、育孩子永久的主题，凡是与此相佐的事情，我必须付出坚定的努力，以冷静的理智控制我对孩子深深的爱意，使我的爱能像涓涓的暖流，永远地、慢慢地温暖着孩子，我绝不可以让我炙烈的母爱灼伤孩子，更不要说给孩子留下灼伤的痕迹。

回想当年，这样做是非常不容易的，有时我是多么痛苦，多么愿意让可恶的理智滚落一边，让我能把自然的、炙烈的母爱无限地倾注于孩子的心田！我太爱我的孩子。但是，我绝不能这么做，不论对任何人、任何事，不论何时何地，不受控制的情感反而会伤害你所钟爱的，即使这种伤害不会立刻来到你面前。

1.6 对胎教的思考

我做过了妈妈，女儿也已大学二年级了。我更加确信，预测孩子可能遇到的问题，总比纠正孩子已发生的问题更有效。孩子出现问题，常常是因为那是他的

惯性所致，或者是行为的惯性，或者是思维的惯性。今天出现的问题，肯定不是今天的问题。

所以，我为我当初为了做妈妈所做的那些阅读的、观察的、思考的准备而高兴，这让我收获了一次成功的养育体验。正如老卡尔·维特所说："如果受到正确的教育，每一个普通健全的孩子都可能成为一个出众的人。"其实，我并没指望我的孩子能成为出众的人，因为我知道，真正出色的人物并不多。我只是希望她成为最好的自己。我不想因为我的疏忽，让我的孩子承担后果。

还要谈一点，我对胎教的认识。不知为什么，我对育儿著作的某些观点会持怀疑态度，每当这时，我就会陷入更为深入的思考。所以，我不是机械地套用那些育儿百科。我不套用不是因为我不喜欢，也不是由我的个性的好恶而决定，是因为我经过思考后不大同意那些观点。以后我还会提到除胎教以外的其他一些事。

关于胎教，首先我觉得一些实验不是很显性的，因为直接研究胎教的影响或许比较困难（别忘记我是在二十年前做的妈妈）。另外，我不能确信孩子在母体里对外界物理刺激的承受能力。所以，我想，大自然会选择最好的孕育方式，我最好在自然面前保持必要的敬意。于是，我把调剂好饮食、调剂好心境作为最朴实的胎教献给我的孩子。我的孩子在母体里还很脆弱，我必须给孩子足够的营养让她健康成长；我的孩子在母体里就是我身体的一部分，所以孩子一定能同我一起快乐着我的快乐，忧伤着我的忧伤。

"我是这样的幸福和快乐的，我的孩子，你也一样吧！"

1.7 目标

我立志，要让我的孩子：
做人要正直、坦白、诚信、有原则；
做事要积极、快乐、爱劳动、勤努力。
修身要健康、活泼、向上；
养性要爱人、爱己、宽容自制。

2.1 新鲜空气

为了照顾初到人间的女儿，我和七十岁的、曾经连续失去四个新生儿的老母亲发生了很多故事。据说，她曾经一度对照顾新生儿完全失去信心，惧怕和痛苦到了几乎崩溃的程度。以前我只是听她给我讲以往的故事，现在，我真正理解了我母亲曾经承受的折磨与痛苦。我已经做了母亲，所以，我对母亲的爱越加的深厚，对母亲的感激之情时时荡漾在我的心头，“亲爱的娘呀，我永远爱你”。

第三天，喂奶时，我发现女儿的脖子里有一些泡泡，还有点儿多呢。还好，我读了一些婴幼儿保健知识，知道这是葡萄球菌感染（据说是那所医院的婴儿室有些问题），才不会惊慌。于是，爸爸到村医务室要了酒精棉球和紫药水，我们自己为孩子做了简单的处理就好了。不过，处理这件事要提到七十岁的姥姥，她年轻时因为医疗条件不好，一连失去四个孩子（我排行老五，其实是老九），所以她看到这些泡泡吓得不得了。新爸爸什么都肯做，就不肯将火烧过（消毒）的银针刺向女儿的小泡泡。最后，还是我亲自处理的。从那时起，我就表现得比亲爱的爸爸要理智些。

先是女儿的葡萄球菌感染的处理，让母亲大大受了惊吓。接着就是要给女儿呼吸新鲜空气的矛盾。老娘坚持必须把门窗封得严严实实，不然孩子和我会受风坐下病来。但是芭霍娃告诉我，新生儿需要新鲜空气，新鲜空气有利于孩子的睡眠。亲爱的爸爸不断地为老岳母讲解科学知识，但并不奏效。最后，在我挨了老娘的一顿臭骂之后，我终于让我的女儿呼吸到了新鲜空气。

女儿的睡态多么迷人，我爱你，孩子。

2.2 定时喂奶

勇敢的女儿，你已度过人生最初的两周，我知道，你表现得很好，很努力，我爱你。

女儿，我爱你，所以我要帮你养成好的进食习惯，这对于你、我来说都不容易，但我知道你勇敢，你一定能和妈妈承受这一切。一定要挺住，习惯了就好了。

老娘最先站出来反对，亲爱的爸爸也不表示支持，他太喜爱他的女儿了。他们坚持随饿随吃。我告诉他们，这与随饿随吃并不矛盾，关键是什么叫饿？如何很好地区别孩子的饿和吸吮依恋之间的区别？后者更为困难，一方面婴儿总是会产生吸吮依恋，另一方面做妈妈的天生具有爱抚依恋。因为，喂奶对于母子来说，都是最幸福的时刻。时间长了，就会不管饿不饿，只要孩子需要，只要她一哭一闹，我们就会以为她饿了（因为已经完全找不到规律），我们就会满足她。那肯定不是随饿随吃的意义指向。所以，不定时喂奶，对孩子的身体健康和心理健康都不会有什么好处的。亲爱的爸爸动摇了，但老娘却一直在无能为力地骂着、喊着、斗争着。

看到了吧，女儿吃的时候多香，不吃的时候多安静。谢谢你孩子，你真是妈妈的心肝儿。

2.3 保证休息

女儿一天比一天更可爱，她已能够听到皮皮小熊的叫声，看得到小塑塑鸟的飞翔（我必须及早证明我的孩子的听力与视力的健康）。而且，她已能够体会换过尿布的舒爽和被亲人抱在怀里的惬意。于是，尿布湿了，她会用哭声要求我

为她换换。躺在妈妈的怀里，换过了干爽的尿布，“妈妈，我要你抱着我。”于是，她就不肯睡进睡袋，只要一睡进去，她就开始嚷嚷。爸爸、妈妈、姥姥，都有想抱着她的冲动，可是，我们不可以这样。因为，我的孩子，你和妈妈一体的时候，你不需要自己呼吸、自己吸吮……你只需要静静地在自己的海洋里感受自由、感受快乐。突然有一天，你看到了广阔的世界，而为了这，你也必须自己应对生命中的一切。这对你来说太不容易了，妈妈必须让你有一定的时间独立地休息，否则，你的骨头也许会弯的，妈妈可不愿冒这样的风险。所以，孩子，请你理解妈妈，妈妈不能总是抱着你，我必须保证你的休息。

2.4 亲女交流

“天冷还要让孩子吹风、一点点大就定时喂奶、还不愿意抱着自己的孩子，真是个冷酷的妈妈。”您千万不要这样认为，恰恰相反，每一个妈妈都是天然的爱的海洋。我之所以先写这几项，正是因为要这样做实在是不容易。你必须时时地和自己母爱的天性争斗，你要不断地挣扎，不断地反复激发自己理智的一面。孩子就像个会思考的动物，需要引导和帮助，不是从几岁的时候才开始，而是从一出生就需要这样的引导与关爱。所以，我不断地提醒自己：“不，你不可以这样不负责任。你绝不缺少动物妈妈的天性，但首先，你要是一个会思考的妈妈。”

女儿已经满月了，她非常的可爱、非常的漂亮。我情不自禁地给我的同学写信夸口说：“我生了一个最最漂亮的小东西，我从没见过这么漂亮的婴儿（其实我根本不理智，我长这么大一共才见过几个婴儿？！）。”想想吧，那时，我心里充溢了怎样多的爱意。

满月的女儿，似乎非常配合我，她的吃、玩、睡似乎很有规律（这坚定了我的养、育理念）。其实，除了吃的规律是在妈妈的努力下被动养成的，玩和睡都是随其自然的，从未刻意调整过。而且，她从不像有些婴儿那样，随睡随玩，随玩随睡，玩和睡都持续的时间较短。我的女儿，看上去玩的时候非常尽兴，东找找、西看看，舞舞手，弄弄脚，玩的时间也较长。睡的时候就很沉、很安静。我

虽然只带了一个孩子，并不敢随便称总结经验。但是我确信，女儿所显现出来的玩和睡的规律，肯定和她的“进餐”规律有某种内在的联系。一定是喂奶的规律在她的机体循环中发挥着某种作用，而且我也确实觉得女儿的吃、玩、睡之间有一些规律可循，尽管这些规律并不是那么明显（要知道她才刚刚满月）。不管是不是这样，那时，我和亲爱的爸爸竟固执地、自豪地认为就是这样。

女儿玩的时候，是我最幸福的时候。我总是不断地和她说这说那，好像她真能听得懂似的。一会儿告诉她今天爸爸又犯了什么错误；姥姥为什么又生了我的气；我自己又有多么地爱她。一会儿又告诉她，她睡觉的时候，小熊很安静，小塑塑鸟也没有唧唧喳喳地叫个不停。我的手总是不自觉地抚抚她的脸、蹭蹭她的小手。有时，她会顺便抓住我的手，于是，我就会拉着她的小胳膊舞动舞动，嘴里还喊着“一、二、三、四；二、二、三、四”。我会打开她的襁褓，看看她有没有长湿疹，也给她的小屁股呼吸点新鲜空气。每当这时，我总会拽着她的小脚丫，抖一抖，抻一抻。看着她胖胖的小腿儿，弯曲的时候，拥起一道道的沟褶，就会忍不住地去抚弄她、亲吻她。当然，我还会不由自主地抱抱她、拍拍她、摇摇她。给她抓抓小皮皮熊的手，让她看看塑塑鸟在飞，让她听听塑塑鸟的歌声……每当这时，爸爸、妈妈、姥姥总会为谁抱着她发生些大大小小的争执。

有时，我们会利用这段时间，让她享受一下沐浴的快乐。说起沐浴，姥姥当然少不了又要大吵大嚷：“好好的孩子不好好带，你们就折腾吧！”但是，经历过第一次洗澡之后，看到女儿因沐浴而变得红扑扑的小脸，看着沐浴后女儿香甜的睡态，姥姥的反对声不见了。后来，每次洗澡时，姥姥总会提前用热水袋将女儿的浴巾、睡袋捂好。

2.5 爸爸的爱

因为女儿的万国旗帜天天都要升起，天天都要飘扬。所以，开水的消耗量很大（那时家家都烧蜂窝煤）。于是，“余公”一直坚持天天移山（蜂窝煤山），眼看一座大山就要搬走。姥姥最先着急起来：“眼看就要没煤了，还不张罗着早点儿买去。”

在女儿来到这个世界十六个昼夜的那天早晨，亲爱的爸爸从村民柳大叔家借了小拉车，向着四公里外的红星煤店出发了。

可怜的爸爸，必须将五百多块蜂窝煤（每块0.5公斤）从传送带上一块块地装到板车上，然后，像牛一样地将它们拉回家。

不知为什么，老天爷总是喜欢开一些公平的玩笑。你若正承受着不幸，不要灰心，老天爷总会照顾你的，给你痛苦的心灵增添一缕温柔的阳光。而对那些实在幸福的人，他也会搞些恶作剧，让你把幸福铭记得越加深刻。幸福的爸爸正在享受老天爷的恩赐，因为天空突然下起了阵雨。

姥姥焦急得不知所措，不停地叨念着：“不开眼的老天爷呀，孩子他爸买煤去了，你就不能等他回来再下。”老天爷没有听见老娘的祈祷，因为雨还在下着，尽管并不大。

一个小时过去了，亲爱的爸爸还没回来，我不知道他将怎样应对那四公里泥泞的乡间土路，还要拖着装满五百斤煤的小车。一个半小时过去了，还是没有动静。我再也等不下去了，不顾老娘的阻拦与责骂，披上雨衣，到大门口等待 。

终于，我望见一辆小车拐进了胡同口。我看到，我亲爱的丈夫的肩上拖着一条皮套，两手拽着车把，弯着腰，弓着背，将自己像一头真正的牛一样塞进车辕（他属牛）。他一步一拱地向前迈进，浑身湿淋淋的，衣服紧贴在身子上（十月寒天，那有多凉）；头上的汗水和着雨水不断地淌着，头发粘得满脸；脚下的鞋里塞满了泥浆，我都能听到扑哧、扑哧的声音。突然，煤车上一片白色的什么飘了一下，天

啊！是盖在煤车上的塑料布。我大声地哭了起来，以至于老娘高喊着“怎么啦？孩子。”并踉踉跄跄地从院子里跑出来，一把将我揽在怀里。“怎么了，孩子？”我朝亲爱的丈夫望了一眼，只听老娘一声低低的“可怜的孩子。”便也淌下泪来。

到门口了，他却得意地说：“没事，一块儿也没湿！”

孩子呀，你要记住，这就是爸爸的爱。在你十六天的时候，爸爸曾经……

3.1养成与习惯的阐释

中国的文字很有些讲究。就说“养成”和“习惯”吧，听得多了并不觉得有什么特别，可是细细一想，就有些味道了。

“养”（无论养什么，花、鸟、鱼、虫，更不要说人了），是要花些精力，用些心思，占些时间的。否则，何以有“成”。所以，要为你的孩子养成些习惯， 实在不是件容易的事。你必须花大力气，下铁工夫，还要坚持不懈。

那么，什么叫习惯呢？无非具有长期养成，不易改变的特质。正所谓 “习与性成”，即长期习惯就养成某种性情。当我们关注孩子的学习时，常常要求“学而时习之”，岂不知，行为与性情习惯的养成，更需要“时而习之”。习，当然大家都明白就是反复地学与练，关键是“时”字要紧。不得时时习之，何以不假思索、自然而然地惯之。所以，要帮助我们的孩子习惯某种行为，习惯某种思维，必须帮助他们习见、习问、习思、习想、习行。否则，就难免“习非成是”了。说句实在话，养成一个好习惯难，改掉一个坏习惯更难。要么怎么有“本性难移” 的说法呢。

古话说，“三岁看大，七岁看老”，这是有一些道理的。其本意并非说人七岁以后就不可教化，而是指人在幼年时期养成的一些习惯会影响其一生。因为，对孩子的早期启蒙就像播种，正所谓“种瓜得瓜，种豆得豆”。孩子早期得到的印象最为深刻与持久，不信想一下，你七岁以前的饮食习惯几乎跟随你一生，七岁时你不爱吃羊肉，可能，你一辈子都不会喜欢吃，当然，经过努力你或许能够

习惯一点点。所以，“三岁看大，七岁看老”，无非希望父母帮助孩子在幼年时期养成良好的行为与心性习惯，使我们的孩子终生受益。

幼年时期，是我们帮助孩子形成良好的行为习惯、心性习惯的关键时期。我看到，由于养成了较好的行为与心性习惯，才使得女儿心

智与身体同步发展。而身体与心智同步发展的孩子表现出更为快乐、更为健康的特质。

有时候，我们很容易偏执，说到习惯，更愿意把它理解为是关于生活和行为的，其实这正是我们的一种思维习惯。我想特别提醒的是：心性、思维的习惯更重要，养成也更加的不容易。给孩子一些好的思想和给他一个好身体一样重要，甚至更为重要。因为，帮孩子学会正确的思考，他们才会有正确的判断。也只有有了正确的判断，他们才能选择正确的方法和态度处理遇到的问题。

3.2 谁掌帅

在孩子的成长中，他们的身边总是有太多的长辈。长辈们又总是争先恐后地、不由自主地想要多爱一些。大到人性培养，小到穿衣吃饭，个个都有不同的主张。通常这些主张又总是各有各的道理。

——奶奶要的是“树大自然直”；

——爷爷要的是无原则的天伦之乐。

——姥姥说：“你小的时候没人管过你，不也挺好。”

——姥爷说：“有福之人不用忙。”

——爸爸要对孩子严加管教，

——妈妈要让孩子自由发展。

于是，孩子做任何事，说任何话，总会找到支持者。但支持者之间又在孩子面前“明争暗斗”，都想让孩子知道自己爱他更多一点。

于是，孩子又好像做任何事，说任何话都有反对者。

就这样，孩子在矛盾重重的、是非模糊的爱的包围中漂浮着。

其实，来源于多方的爱并不矛盾，孩子之所以有漂浮不定、不知所措的感觉，是因为大人们在爱孩子的过程中，始终没有很好地解决“权力”问题。

爱孩子也是需要有领导、有组织、有纪律的。不然就做不到“步调一致、统一行动”。

我女儿的成长中，当然也会遇到这样的问题。不过，爸爸是思想领袖，只管方针与战略问题。诸如“夫妻第一，孩子第二”、“大人错了也得道歉”、“不穷，只不过钱少”、“贱养孩子”、“劳动就是教育”，等等。

亲爱的爸爸是身体力行的，记得女儿快上学前班的时候，爸爸早早就为女儿买好了当时最好的小书包。不巧的是女儿的正在上学的小表姐来家里做客，亲爱的爸爸自作主张，把女儿的书包作了礼物。这下惹恼了六岁的女儿，她激烈地大哭大闹，严厉斥责爸爸为什么把她

的东西送人（那的确让人恼火）。我看到可怜的爸爸，最初脸涨得通红，还企图发脾气，后来就搂住女儿，点头承认自己做错了。我只是在一旁看着可怜的爸爸，一言不发。直到爸爸答应去买一个一模一样的书包回来还给女儿，女儿才慢慢地止住了哭。

事实上，爸爸、妈妈与孩子之间的矛盾很好处理，因为他们耳鬓厮磨地容易沟通。让人棘手的问题是：在孩子的问题上，长辈们争先恐后地要插手。

亲爱的爸爸总是把这些小问题甩给好斗的妈妈。所以，在这个家里，爸爸是帅才，妈妈是将才。

我从来就是快刀斩乱麻，是最利落的，也不喜欢假装高兴，过后悄悄做些什么手脚。我的做法很直接，而且说实在的，最直接的方法也常常最有效。我也是这么告诉女儿的。

最初是姥姥在身边帮助我打理孩子的事情，当然两代人之间是有矛盾的。于是我告诉老娘亲："你已经把我教得很好了，现在轮到我教我的女儿了。如果你不喜欢我的办法，你就出去遛弯，回来的时候，我和孩子就没事了。"尽管老娘时常骂骂咧咧的，但是也没办法。

有人说，娘是自己的亲娘，处理起来当然简单，若是婆婆就没那么简单了。我可不管那么多，不能拿孩子的未来和老人们讨价还价地讲价钱。

处理公姑、叔嫂等的家庭关系，最好的方法就是直截了当，绕弯的结果常常是自己套住自己。时间长了，大家心如明镜一般，理解逐渐多起来，感情也随之浓起来。

所以，帮孩子成长，就是要有一个人"执掌帅印"，而且只能是一个人"执掌帅印"。"掌帅"人懒得亲理事务，就要委托一个将领全权处理。将领要负起责任，要有足够的耐心，有整体的、连续的培养计划（当然是比较模糊的那种计划，不然就成按图索骥了）。"将"在具体事件的处理中，"掌帅"人不能在旁说三道四，指指点点，更不能有相

反的意见。有新“命令”只能拿到帅部公办，不然灭了将的威风，帅令也就减了分量了。

不要让孩子，同时接收多条指令，尤其不能让孩子同时接到多条矛盾的指令。

孩子可是机灵得很，他准知道对某件事，大人们的态度如何，绝不会判断错的。要不，怎么妈妈训他时，他会哭着找奶奶呢。

3.3 选择快乐

其实，“养成”、“习惯”的意义并不需要我来做那么多的解释，我硬要解释的原因，无非是源于我个人的需要，好像我不这样，就不足以释怀。

那么，“养成在幼年”究竟从何说起？在我仔细斟酌对于人最重要的是什么的时候，我想起了圣·佛朗西斯的话：“上帝赐予我在接受我不能改变的事情时的宁静，赐予我改变我能够驾驭的事物时的勇气，还赐予我判别这两者差别的智慧。”对于小孩子来说，选择宁静太过深奥了，我们还是先帮我们的孩子学会选择快乐吧。当他处境艰难的时候，如果他仍能愉悦地生活，他就没有辜负上天的恩赐。

世界上能真正让我们快乐，或真正让我们不快的事情并不多。更何况，事物本身并不具有快乐与不快乐的属性，世界上没有任何一件事是不具有两面性的。

我的女儿在参加大学招生面试时，曾用这样的语言阐述了她对苦难与快乐的认识：

“一个没有雄心大志的人就不会懂得快乐的真谛。也许一个具有雄心大志的人，用尽一生追寻自己的志向，结果却一事无成。但我觉得他也许是快乐的。人说苦难是人生的财富，但我认为苦难也是一种快乐，贝多芬一生都在追寻着他的苦难。我很小的时候就有一种模糊的志向，‘做个大人物’，长大了我才知道，做个大人物可不是件容易的事，必须付出常人不能想象的努力和艰辛。但我不怕，不经风雨就见不到彩虹。我相信，事物总是具有两面性的，如果A面是苦难，B面就一定是快乐，既然A和B是统一的整体，你就不要指望只收获其中的一个。”

你看，我的女儿确实懂得了快乐的真谛。所以，快乐只不过是我们对事物的一种感觉而已。要帮助孩子学会选择快乐，并将其变成自觉意识可不是件容易的事。而且，你绝不要错误地认为，教会孩子选

择快乐，一定要等孩子能够理解“快乐”二字的时候再开始。事实上，我们必须从她的婴儿时期，就关注这一性情的培养。下面是我的一些做法和经历。

3.3.1 孩子你别哭

孩子嘛，哪有不哭的，不过有爱哭不爱哭、好哭不好哭的区别而已。孩子满月后，我和女儿转移阵地，来到农村的奶奶家（我和先生两地分居，他要上班）。由于奶奶家人手少，农活又很忙，孩子的饮食起居、万国旗的升起降落就全由我一人负责了。

那时候我想，要帮助孩子选择快乐并不是件容易的事。但反过来，要帮助孩子增强对事物的耐受力还是有可能的，也更容易实施。如果我们的孩子不是那么容易感到不快，我们不就是帮助孩子选择了快乐吗？！人嘛，有些阿Q精神又何妨呢。

眼睛是心灵的窗户，对于婴儿来说，哭是心灵的声音。于是，我特别注意观察女儿的哭。首先，由于定时喂奶，女儿的生物周期确实比较规律，没有太多的不适，就不大爱哭闹。其次，我发现，女儿的哭基本有两种风格，一种是又急又烈的，那可能表示她渴、饿、湿或臭了；另一种是有一搭无一搭的，哭来玩的。前一种情况每个妈妈都能处理得很好，后一种情况就比较难处理了。你可别忘了，小孩子天生是会思考的动物，而且随着一天天长大，就越来越会思考。如果一哭就抱、一哭就哄，那你的孩子就会离不开手了。我的做法是，她哭着玩儿的时候，我基本不予太多的关注，说不定这样对她来说是一种锻炼呢！不过，只做到这一点是不够的，要真正帮孩子养成快乐的性情，我们必须主动做些什么。所以，当她自娱自乐，嘴里咿咿呀呀地说些什么的时候，我就会给她积极的回应，温柔地也和她说这说那，和她一起开心。时间长了，女儿受到这样的鼓励，真的表现得非常的乖，不管有没有人在身边，她更喜欢咿咿呀呀地说着玩，而不是哭着玩。

女儿，我的好baby，知道吗，你选择了不哭，就正是在选择快乐。

3.3.2 提问回答

女儿长大了，几个月的孩子就有了自己的意识，每次看到妈妈拿来鸡蛋的时候，她就知道那可以吃，而且好吃，所以就总是急着要，并且不惜动用又急又烈的哭闹。我也没有太好的办法让她知道我不给她是因为鸡蛋还烫呢。闹的次数多了，终于有一天，冷静的妈妈不冷静了，把一颗热鸡蛋放在了她的小手里。你猜怎样？从此以后，即使你拿凉鸡蛋给她，她的小手也赶紧躲开。

你看，帮孩子认识结果，也是帮她学会选择理解，乃至选择快乐的办法之一。

幼年时期，帮孩子养成乐观豁达性情的典型例子是：如何对待摔倒、摔破、摔伤。事实上，孩子摔倒后哭，一半因为孩子自己害怕，另一半是被妈妈的紧张吓哭的。我记得在女儿很小的时候，她磕磕绊绊的难免摔倒，不过，孩子小，重心低，绝不会有什么大的伤害。不是有句老话说："不摔一百下不成才"吗。遇到这种情况，我总是先哈哈地乐起来，经常主动问："宝宝拣到什么了？妈妈看看有吗？"

孩子长大些后，登高爬远的，这时的摔倒可就不同了，一定要注意帮孩子选择安全环境。不过，这时的孩子承受力也增强了，所以还是不用特别紧张。通常，我的眼睛总是比我的嘴巴到得快，当确定她摔得并不厉害（通常都不厉害），我就会轻描淡写地说："自己把磕伤的地方洗洗去，洗完接着玩儿吧。"要知道，孩子对接着玩儿比对伤口更感兴趣。后来，到女儿六七岁的时候，我还经常和女儿开玩笑说："感谢上帝，摔倒没摔破；摔破没摔伤；摔伤没摔坏。"

当孩子遇到麻烦时，我还和孩子做那种"提问-回答"的游戏。

提问："选择快乐还是选择不快乐？"（常常是妈妈很大声地问）

回答："选择快乐！"（女儿更大声地回答）

我期望，通过这样的重复过程，也许能让快乐的根植入女儿的心田，内化为女儿的思维。

3.3.3 创造并感受着快乐

“孩子哭了，你说是哭着玩的。”“孩子摔了，你反倒冷眼旁观。”请千万不要产生这样的印象。事实上，我非常关注女儿的快乐，在某种程度上，女儿的快乐就是我的快乐，女儿的痛苦就是我的痛苦。在女儿的成长过程中，我没有一天不是快乐着女儿的快乐，痛苦着女儿的痛苦。在女儿面前，我何曾还知道“什么是我”。 我说过，我不可以用母亲炙烈的爱灼伤自己的孩子，我必须帮助孩子建立真正的快乐观。而不是通过迁就孩子的哭闹，把她的植物神经推向敏感的一面，使她越加地骄横跋扈。想一想吧，如果我们不锻炼孩子的心性，当孩子走向社会的时候（未必是成人后才走入社会，出家门就是走向社会），难道我们要求别人如父母？到那时，孩子感受太大的反差，那痛楚与不快倒不是别人给的，而是为父母所累。

事实上，培养女儿快乐性情更多的不是提高承受力，而是创造和感受快乐。因为，我们做父母的绝不缺乏给予孩子快乐的激情与愿望。所以，我为了不至于走向极端，才刻意要求自己在走向事物的一面时，先要到另一面斟酌斟酌。

我是个有点儿特别的妈妈，不是别的什么，只是在孩子的管理上有些“古怪”。有些妈妈特别注意孩子的卫生，但我却认为，过度的卫生习惯说不定会降低孩子的抵抗能力呢。亲爱的爸爸是妈妈的坚决支持者，于是，女儿在楼下就拥有了一座自己的沙山。为了堆起这座沙山，爸爸再一次充满爱意地骑“专车”从一公里外的建筑工地转运多次。一两岁的女儿，常常自己在那里玩耍，一会儿铲进，一会儿铲出，一会儿倒点水在沙堆上，嘴里还会念念有词。看着女儿满身的泥土，亲爱的爸爸非常自豪：“至少我的女儿知道水加土可以和泥，还得比例适当。”瞧瞧，这就是爸爸。

劳动也是快乐。每次买煤的时候，爸爸总是要带上女儿和我，并说我们是壮劳力，少了我们可不行。女儿从两岁开始就和爸爸从传送

带上起煤，爸爸总是一边起一边指给女儿看蜂窝煤的生产线，并且不管女儿是不是听得懂，不断地介绍和煤机、砸煤机、传送机。不知女儿是否听得懂，反正女儿看上去兴致勃勃，黑得很，也快乐得很。女儿的煤龄至少有七八年的时间。不但买煤，亲爱的爸爸无论干什么，必定少不了女儿做帮手，比如修自行车、修摩托车。

高中时期，只要有一辆新型汽车从女儿身边开过，她准会知道是什么品牌，昵称是什么，哪家公司的，面向什么用户的。这些对机械的兴趣，说不定就来源于蜂窝煤厂的启蒙。

女儿从很小的时候就体验着劳动带给她的快乐，养就了她工作即乐趣的性情。这一点非常重要。一个爱劳动的孩子，会把劳动、学习当作一种自然的需要，而不会视其为负担。这一点，非常非常重要。我们人生的许多苦恼，其实都源于懒惰。

女儿大些后（大概八九岁的时候），我曾为她编过“两个人的故事”。故事说：有两个人，一个非常的勤快，干活对他来说就是一种享受，有活干，他精神百倍，没活干，他无聊寂寞。由于他的勤劳，他的生活和事业不断进步，每一次进步，都给他带来成功的喜悦，他勤劳了一生，快乐了一生，喜悦了一生。当他到上帝那里报到时，依旧是一脸的快乐，上帝不由自主地说：“真是个快乐的天使。”于是，他进了天堂。另一个人很是懒惰，看到活计就发愁上火。每每干起活来，就一脸的不悦。因为他不爱劳动，所以，生活事业都很不如人意。不但享受不到成功的喜悦，还因妒羡别人的生活与成就，时常地苦闷。他懒惰了一生，郁闷了一生，痛苦了一生。当他到上帝那里报到时，依旧一脸的苦像，上帝不由自主地说：“真是个十八层的苦鬼”。可怜，他进了地狱。你看，人生是一个过程，我们何不勤劳、愉快、喜悦地经历着呢。

在勤劳的爸爸的带动下，在善疏的妈妈的引导下，女儿在幼年时期就养成了爱劳动的性情。

女儿曾在那次大学招生的面试中作过这样的陈述：

“我始终认为学习与工作是一种乐趣，而不是负担，当然我还有游泳、读书、爬山、听音乐等乐趣，但学习与工作带给我的乐趣最大，如果老师问我“最喜欢什么？”我肯定回答“做事”；如果老师问我“最怕什么？”我肯定回答“最怕没事做。”

“我最大的特点是不怕吃苦，我相信：劳动是最好的教育，一个不劳动的人，就不具备作为人的基本素质。”

亲爱的女儿，我非常自豪，因为你真正理解劳动的意义。

3.3.4 独立的快乐

“孩子还点点大呢，哪里就能独立。”其实这是错误的认识，帮孩子独立包括两方面，一方面，是从幼小的时候就建立起独立的意识，即“我是一个人”的意识。这样做并不容易，我们做父母的更愿意把孩子当作宝宝宠着、爱着，而很少把孩子看作是独立的人。于是就多了许多的溺爱、娇宠、迁就和无度的宽容。岂不知，这反而害了孩子。另一方面，是帮助孩子学会独立行事，这也不容易。因为我们往往主观地认为孩子不行，包办代替太多，结果反而误了孩子。

独立性的培养其实也必须始于婴、幼儿时期。女儿在婴儿时期，我就有意识地给她一些独处的机会，这实际上是帮助她独立打理自己的时间，培养她性情中独立安静的一面。有些父母时时刻刻围绕在孩子身边，孩子片刻不得安宁，结果怎样？孩子就越发地一刻离不了父母的照顾，孩子的精力就从没有集中的机会，孩子就不会享受独处的安宁与恬静。

我很少把女儿抱在手上，尽量训练她自己玩。会坐以后，我把她放在床上，交给她玩具（给孩子之前要洗一洗），爸爸把玩具放在小箱子里，并要求我每次都当着孩子面收拾好（爸爸爱整洁，这一点影响着我，并从婴儿时期就影响着女儿）。

女儿长大些后，我总是给她机会独立完成一些任务。有时我也会非常担心她是否能行，但结果孩子的能力总是比我估计的要高很多。一两岁左右时，我放她自己在沙山玩耍。两岁多点儿，我就派她捎话送信，联络点儿事情。有一次，我派她到原来住过的9栋4门203号请范老师到我家聚餐（我家住在11栋）。结果她从这边的一层出发，穿过两栋宿舍，爬上那边的二层，找对了房门，学舌学得很清楚。

有一次我给了她更复杂的任务，我给她5元钱，让她到小马路对面的小商铺，买一瓶酱油、一瓶醋、一包花椒、一包大料，还答应她可以买点儿好吃的。那时她只有两周岁十个月（她9月出生，那是个夏

天）。我提前已和售货员阿姨说好，不主动帮她想办法，但如果她没办法拿那么多东西，请阿姨给她装个塑料袋。结果，她望着柜台上的一堆，抓抓这个，拿拿那个，看上去有点儿不知所措。阿姨还故意问："这多东西，咋拿呀？"女儿，你真棒，你把花椒、大料、酸梅粉（没忘给自己买吃的）、零钱，统统塞到背心里（夏天，孩子的背心是装在短裤里的，形成一个天然大口袋），一手抓酱油、一手抓醋，雄赳赳、气昂昂地胜利归来。我由衷地赞扬你，你也自豪、快乐得不得了。

四岁半的时候，我就放女儿一个人到宿舍区的公共浴池洗澡。好多小朋友的家长不理解，我则淡然一笑。女儿，你这样能干，你知道进哪个浴室（分清男女），你记得自己的衣服的位置，你了解洗澡的程序（尽管回来时，耳后还有沫沫），你不怕单独和成人打交道。你真勇敢，真棒。

其实，越是独立的孩子，能力就越强；能力越强，困难越少。所以，独立的孩子，往往表现得更加快乐，更加勇敢，更加自信，更加具有责任心，身心都很健康。

3.3.5 谁笑话

怕人笑话的孩子一般来说快乐要少一些，而中国人又常常怕人笑话。

对于我们中国人，脸面这东西实在备受重视。我们做事取得一点儿成功，就会觉得很有面子；我们找人办事，要花费我们的面子。我们违背自己的原则为别人做事，是为了给人面子。我们有时为了面子会做很多傻事，当时迫不及待要维护面子，过后又十分懊悔为了面子。为了面子我们委屈自己、为难自己，为了面子我们东转西绕，轻易不肯说出最简单的“不”字。于是，常常要为表示“友好”付出很多代价。偏偏我们自己受苦还不算，还要不经意地把孩子培养成爱“面子”的奴隶。

“孩子，听话。要不阿姨笑话你。”这是我们最常用的语言。其实，孩子为什么要关心别人笑话，别人又到底会不会笑话。

正像我们女性，上街总要刻意打扮，生怕衣着不得体惹人笑话。其实，大街上的陌生人哪个认得我们，何曾分出一点点注意力给我们。而熟悉我们的人又有几个会根据衣着评判我们。那么，到底谁会笑话我们？除了我们自己。

所以，常常用“人家笑话”来纠正孩子的行为不是好的选择，这会使我们的孩子为了不遭人笑话损失很多的勇气和信心。女儿小的时候，我不用“要听话”这样的语言来约束她的行为，我的做法是：不允许的事情直截了当的不允许，并且对孩子的缠磨不予理睬。我也不用“别人笑话”来要挟孩子，而是直接告诉她那是规矩，或告诉孩子那样做的后果。所以，孩子敢于反抗错误，勇于维护自己。最主要的是：孩子是非观念清楚，不为虚荣所累。孩子很有信心，敢于表达自己的意见。

赏识教育很好，因为无论成人或孩子，都更愿意享受被欣赏的快乐。所以，当我们使赏识教育成为一种习惯的时候，我们要让孩子在

享受他人赏识的快乐的同时，不要忘记自己赏识自己。能够欣赏自己的孩子，快乐就要多一些。

赏识自己，能激发内心深处的潜能；寻求赏识，可能成为心灵的锁链。

3.3.6 出众与快乐

很多教育的书籍，很多家长的经验，都在鼓动其他家长们要把孩子培养成为出众的人。

孩子怎么就算出众了？孩子怎样才能出众?

我非常怀疑这样的动机。

我非常庆幸，我和亲爱的爸爸不是功利之人。我们喜欢工作，我们愿意努力，那很大程度是因为我们的确喜欢那样。所以，我们没有过多的奢求，所以，我们才较一般人快乐。

不知为什么，我的脑子里总是有一些别人不大理解的想法，以至于年轻的时候，亲爱的爸爸曾扬言要砸开它看看到底里面有些什么，还好，他不曾那样做。

比如说孩子的营养，我就一直不当回事。我觉得，我是颗在三年困难时期萌芽的种子，期待着在月子里好好养养的四十几岁的母亲，只靠老父“三八式”老革命的老脸从乡政府讨来九斤白面，二十一个鸡蛋，其中还有一个变质。一个像老鼠一样大小的小女孩，在娘肚里就挨饿，出生后继续挨饿。结果呢，还不是长大成人了。所以，我就认为现在的孩子是绝对不会缺少营养的。我们需要担心的倒是过多的脂肪会导致体质与心质的下降。亲爱的爸爸说：要贱养孩子。

比如说母爱，亲爱的爸爸就非常的冷静，他知道母爱是天生的，是妈妈就不会缺少，倒是多有泛滥的可能。于是，在女儿还未出生的时候，未来的爸爸就先声夺人，立下了“夫妻第一，孩子第二”的规矩。规矩虽然这样立了，哪里就能做得到呢，不过是想要有意识地防止爱的天平倾斜得太厉害而已。

比如说孩子的学习，现在看来孩子们真的好可怜，家长们总是在不停地绞尽脑汁要培养孩子学知识，努力按照通常意义上的标准为孩子铺设未来，希望他们成为出众的人。我们让孩子做着别人的梦，行着别人的事，走着别人的路，全然不管孩子是不是快乐与幸福。

女儿大学一年级初，自然有很多的压力。和我交流新的感受，我便和女儿说：你不必管别人如何，一个阶层有一个阶层的快乐，只不过快乐的东西不同。比尔·盖茨开发上亿美元的软件市场，和一位拾荒的老妈妈捡到一只塑料瓶的快乐也许是完全一样的。如果有一种仪器能够测出人的快乐电波的强度的话，他们脑电波的强度值或许完全相同。所以，他们快乐的绝对值虽然不同，但相对值却可能是一样的。同样，拾荒老妈妈所承受的捡拾不到酒瓶的压力，也不比那个比尔·盖茨开发市场所承受的压力小。虽然我不知道这两者之间是不是可以这样比较，但我就是这样想的。所以，我一般不大为自己的不如人而苦恼，我总是喜欢完成自己本职工作的那个过程。

不要企图让孩子成为出众的人，好像只有如此孩子才会更快乐。更何况出众只是一个相对的概念。

所以，不要以为别人比你更舒服，更快乐。

3.4.1你必须这样

前面提到，我的女儿出生后是定时喂奶的。但养成这个习惯非常地不容易，记得那时，离喂奶还有很长时间，女儿就开始哭闹了。姥姥把孩子抱在怀里，嘴里就开始抱怨不到点不给喂奶的妈妈，甚至说一些不中听的话。原本支持妈妈做法的爸爸也生气起来，有一次竟然说“你也配有孩子？我不知道你这么狠心。”我只敢小声地反驳：“要养成习惯，必须这样。”“娘，你把孩子放下吧，不然她就离不开手了。”老娘生气地把孩子放下来，坐在一边继续骂着。爸爸越来越气，突然摔门冲出房间。

过了很长时间，女儿睡着了，我流着泪，吻着她，不断地跟她道歉：“对不起孩子，你必须这样，要养成习惯的……”这样的痛苦经历不止一次，大概有个把星期女儿才养成习惯。不过，到孩子半岁我要上班的时候，女儿的好习惯可是帮了大忙。她从不在我上班的时候哭闹，而我下班的时候她就只顾高兴，更不会哭闹了。我朋友的孩子比我女儿小两周，她为上班所承受的痛苦，岂止个把星期，因为半岁的孩子，很有些意识，要改变原有饮食习惯，难着呢。

半岁以前，我的女儿两个半小时喂一次奶，五个月开始添加一些辅助食品，周岁就给她断了奶。姥姥说我是狠心的“后妈”。一岁大的女儿就像大人一样坐在饭桌旁和我们一起吃饭了。开始时她常常会用小手抓桌上的饭菜，这可不是好习惯。对这样大的孩子解释餐桌礼仪是没有意义的，我的办法就是只要女儿一伸手，就用筷子轻轻敲一下手指头，时间长了，条件反射很起作用。所以女儿从小就不用手乱抓饭菜，不像有的小朋友，吃起饭来弄得满手、满脸、满身全是饭菜。

还有很多餐桌上的规矩，都是在孩子很小的时候，用这种“法西斯”式的方式养成的（我的同事说我是“法西斯”）。可是，如果你的孩子养成一些坏习惯，长大后，恐怕你用双倍的时间、双倍的“法西斯”作风，也无法完全纠正过来。

女儿八九个月的时候，为了养成坐便盆的习惯，我也用了很“法西斯”的方法。估计快要尿的时候，我就把她放在便盆上，一边讲故事，一边不停地强调“哗哗以后就起来”。直到她完成任务，就立刻放她起来，并真诚地赞扬她。其实，没用多长时间，女儿就知道要便盆，不在床上到处“哗哗”了。

孩子很小的时候，采用一些条件反射的训练方法，未必就是坏事。有一种学习主义理论叫做“行为主义”的，讲的就是这样的学习道理。不过，当孩子能够理解一些事情的时候，我们就要减少使用条件反射原理。

特别需要指出的是，有些规矩要想等孩子能够理解的年龄再来养成，就太晚了。到那时他已经有了不好的习惯，纠正起来是非常困难的。

亲爱的女儿，虽然你的妈妈让你受了些委屈，但这绝对不会给你带来伤害。如果妈妈未曾让你受这些委屈，恐怕你现在所要承受的委屈与烦恼还要更多些、更痛苦些呢。

3.4.2你不能这样

孩子大了，我们会经常带孩子串门。这时，孩子的一些坏习惯，就会给主人带来很多不便，有时还会让我们做父母的十分难堪。

我的女儿还只会坐在床上玩的时候，玩过玩具之后，我们就当着孩子的面把玩具收拾起来，嘴里还会说着一些她似懂非懂的话："收收好，放起来。"并且，她的玩具箱永远只放在一个固定的地方。当女儿会跑了之后，玩过的玩具我都会和她一起收拾起来。"那儿还有一个，追上它，让它回家休息吧。"长大后，女儿的写字台总是很整洁，从不会把书本堆得到处都是。

女儿半岁，我开始上班的时候，工厂分配我一间六平方米的母子宿舍，是和另外一位带孩子的妈妈共用一个单元（她九平方米，我们称之为团结户）。这给我解决了很大困难，否则我必须继续租住在附近的农家小院里。

住团结户的妈妈们，常常会因为孩子的一些小事弄得不大愉快。还好，范老师和楠楠姐姐很照顾我们母女（楠楠姐姐上一年级）。为了不影响楠楠姐姐学习，我不允许女儿随意到姐姐屋里玩耍，即使姐姐邀请，也不可以随意进去。要进姐姐屋里玩耍，必须经过妈妈"审批"。虽然，那时我家没有电视，楠楠姐姐家也只有一台十四黑白电视，不过，没有妈妈允许，女儿是不可以进去打扰的。这当然让我和女儿心里都有些不舒服，但是，我必须正确处理这样的事情，必须让孩子从小就了解："你不会拥有世界上的所有的东西，即使你喜欢，你也必须学会克制。"时间长了，女儿便习惯了姐姐家有电视，我家没有电视的日子。当然，电视对孩子很有吸引力（其实对大人也一样），当我能购买的时候，就立刻买了一台。

在我家里，不是所有的东西孩子都可以随时拿到，有些东西，女儿必须得到"批准"才能翻动。比如抽屉，一方面，抽屉里经常放一些比较重要的物品：户口本、证件、文件等；另一方面，抽屉里的东西

有时比较危险：针线、剪刀等。这些东西，都不是小孩子可以随意拿来玩的。也正因为如此，孩子到别人家串门，就从来不会乱翻抽屉（这通常都是主人比较忌讳的）。

女儿成年了，整洁已经成为女儿的习惯，克制已经成为女儿的理性思维。一个过于不受约束的人，也许有人认为潇洒自在，其实，在这个理性的世界上，他个人感受更多的可能反而是不适应。

3.4.3任性可不好

首先，我们尽量创造一个快乐的家庭和安适的环境。孩子的独立与快乐的性情培养，已大大减少了女儿发脾气的机会。即使她有时发脾气，我也能很快地把她哄好。别的孩子发脾气很少会影响到她，因为她比较独立。

在孩子的性情培养中，我感到最好控制的就是任性了。任性实际上是在这样一种循环中养成的：（1）孩子提出不合理要求；（2）家长最初反对；（3）孩子哭闹坚持；（4）家长最后妥协。其实，家长不必为孩子任性着急，孩子哭闹时也不要发脾气（那会助长孩子发脾气），你只要坚持立场，对其哭闹不予注意（你可以假装看书或做家务），过一会儿孩子就会停止的。即使他不停止，你也不要妥协，只管叫他哭闹好了，累了他自己会停下的（多数情况下会睡着）。

女儿很小的时候，她的哭闹就不被支持。在她一岁多的时候，有一次，爸爸回来探家，带了很好看的笔筒（玻璃的）。女儿非要拿过来玩，我告诉她："孩子，这是玻璃的，摔了会扎手。"结果，不给她就哭闹起来了。于是，我告诉她，妈妈要为爸爸弄点吃的东西去，就离开了屋子，并在厨房里故意将盘、碗弄得叮叮当当地响。过了一会儿，她的哭声越来越小，我回到屋里，问起她别的事情来："爸爸呢？爸爸做什么去了？"女儿咿咿呀呀地回答："爸爸，走。"爸爸很配合，见我出去也随即离开屋子。我是从来不找后账的，既然女儿不哭闹了，事情也就结束了。不过，从小到大，因为她的哭闹从未奏效过，所以，她也就不再坚持使用这个又难受又不见效的笨招了。

有一次，我们到朋友家串门，她两岁半的孩子非要拿水杯，我便多嘴道："不能拿，会打破的。"她根本不理睬我的话，更大声地喊着要，并且扑倒在地板上，使劲地蹬着脚："我要，我就要。"朋友把水杯拿过来："好了好了，给你，别闹了，妈妈有客人呢。""你干嘛要给她？""她会闹上一整天的。"女儿一声不响地看着这一切。回到家里，

和姥姥学起了刚才的一切，还发表了评论：“妈妈，哭也不能给她，对吧。”

还是这个孩子，有一次到我家里来，她要拿书桌上那个漂亮的笔筒。我可不会给她，就叫她哭闹她的吧！我示意我的朋友也别理会她。过了很长时间，她就靠着床边睡着了。“你看，她不会闹一天的。”“是啊，看来我也得像你这样了。”

我有个邻居，她的孩子鹏鹏上一年级，是个可爱的男孩。但是，每天上学之前，鹏鹏总为要一元零花钱和妈妈战斗。妈妈不给，鹏鹏就哭，看看到上学时间了，妈妈怕孩子迟到，忍不住就给了。于是，这半小时较量就成了程序，每天必重复一次。

鹏鹏妈苦恼地对我发牢骚：“可是没办法了。”

“怎么没办法，不给就是了，关键是你能不能坚持住。”

“不给孩子要迟到的。”

“叫他迟到好了，老师会批评他的。”

“那你说怎么办？就叫他迟到？”鹏鹏妈迟疑着。

“没有别的办法。”

“好吧，我试试。”

“关键是你要坚持到底，聪明的妈妈，为一类事只让孩子哭一次。你不想做个聪明妈妈？！”

孩子的哭闹、任性，总是因为父母容易妥协导致的。有人说我的孩子天性好，就是个好管的孩子。其实我觉得，孩子的天性都是差不多的，关键是做父母的要用心，这种用心不是一时一刻的，而是时时刻刻的。正所谓：“性相近，习相远。”

父母容易妥协，除了导致孩子任性之外，还为孩子树立了遇到困难就妥协的榜样，实在没什么好处。

所以，请记住：“聪明的妈妈为同一类事情，只让孩子哭一次。”

3.4.4人来不疯

经常遇到这样的情况，家里来人了，孩子就无所顾忌地成为中心，想怎样就怎样，因为很多家长和教育家都说不能当着别人的面训斥孩子。

我也不当着客人的面训斥孩子，但我会在客人来的时候，悄悄告诉女儿："对不起，妈妈有客人，自己玩会儿好吗？"我一般使用说悄悄话的形式，女儿也会悄悄地说："好吧。"而且由于使用悄悄的方式，当她真有事要找我说的时候，也会悄悄地告诉我："妈妈，我想……"客人走后，我就及时表扬女儿安静，让妈妈和客人说了很多重要的事。

我这样做还有另外一个原因，我是个能说、善说、爱说的妈妈。这既是我的特点，也是我的毛病。一个多嘴多舌的人，难免会为此付出代价。要知道，想让孩子继承父母的毛病实在太容易了（因为身教胜于言传）。所以，我也刻意地培养女儿恬静的一面，使她早一点儿懂得人不可以不限制自己的嘴。

说到这一点，顺便说一说亲爱的爸爸的性情。爸爸是个执著的人，自然有些固执。因此我在处理女儿的任性的方面，也刻意多下些工夫，帮助女儿执著但不要过于固执。

做父母可真不容易呀，不但要教育孩子，还要在这个过程中检讨和教育自己。

3.4.5饮食不挑

住在团结户里，有机会知道比女儿大些或小些的孩子们的生活习惯。我发现，很多家长为了孩子们吃饭的问题很是苦恼。邻居家的叔叔阿姨总是先单独为小弟弟准备饭食，但看上去孩子吃得并不如父母期待的那样香甜。我的女儿从会吃的那一天起，就和我们一起在餐桌上用餐。由于定时喂奶已经为她养成了按顿吃饭、少吃或基本不吃零食的好习惯。所以，一到进餐时间，受了大人们吃兴的感染，女儿的胃口好得很。所以，我从不为女儿的吃与不吃发愁，我所要操心的是：尽量不要女儿挑食。

首先，我是一个比较挑食的人，我不可以让我的坏习惯影响女儿。为了这一点我下了很多工夫。

我从不当着任何人的面谈论女儿不喜欢吃什么，那样可能会加强她不喜欢的程度。我也从不当着孩子的面谈论我不喜欢吃什么，不但如此，我还总是隔三岔五，兴致勃勃地做一些我不喜欢，但女儿和爸爸喜欢吃的饭食。女儿直到五六岁的时候，才知道妈妈原来不喜欢牛奶和牛羊肉的味道。

有时候，我发现女儿对某一种饭食可能不大喜欢，但我假装没有注意，并会在近几天里以此为主。因为没有选择的机会，不吃肚子又要饿，再加爸爸、妈妈吃得兴高采烈，女儿也就忘记自己的口味了。

有一件事，使我确信孩子不好好吃饭实在是妈妈的错。女儿大了以后，邻居家五岁的小妹妹吃饭很困难，妈妈常常要追着、赶着地喂。喂又喂不进多少，妈妈怕孩子饿，中间就不停地给点这个，弄点那个。结果，到下一餐的时候，孩子照旧不饿，照旧是妈妈不停地追着喂。有一次，妈妈有事迫不得已要离开几天，可爱的小妹妹就有机会在我家里住上两天。

我刻意要让小妹妹长进两日。第一餐小妹妹照例不爱吃，而且我是不会给一个五岁的孩子喂饭的。

“小妹妹，吃饱了吗？”我亲切地问。

“吃饱了。”虽然小妹妹弄得满桌都是饭菜，肚子里倒未必有多少。

我很平常地收拾好餐桌。

中间除了白水以外，我不给小妹妹任何零食。第二餐小妹妹照例没吃多少，我也照例问过之后就把餐桌收拾干净。中间依旧是除了白水没有任何零食。

你猜怎样，还未到第三餐的时间，小妹妹拉着我的手，摸着自己的胃部说：“阿姨，我这儿难受。”

这下我高兴坏了，但我不露声色：“好孩子，我告诉你，这种感觉叫做饿。但是姐姐还没放学，所以我们要待一会儿才吃饭。”我故意要吊吊孩子的胃口。

第三餐我做了孩子爱吃的饭菜。结果怎样，小妹妹自己坐在饭桌旁，不追不喂，吃得很香甜。

孩子的饮食习惯，实在是家长的“杰作”。

3.4.6性急的人做事做两遍

急功近利是每个人都可能有的，而且通常多数人会有。成人的急功近利往往带有很大的伪装性，总是把自己急于想要达到、但碍于“面子”又不好意思直接达到的目的冠以各种名堂，使它们看上去很有意义，很有些全局意义或他人意识。

对于儿童来说，他们的急于求成更直接、诚实、坦荡得多。老师提问时，他们为了表现自己，争先举手，等到站起来，竟不知道老师问的是什么，这实在可爱。

可爱倒也可爱，不过，性急的人做事往往要做两遍。

记得女儿四五岁的时候，托儿所经常举行各种比赛，当然以促进孩子的体力、脑力、手力为目的。女儿的独立生活能力很强，穿衣戴帽早早自立，尽管有时张冠李戴，左鞋右穿，但其手脑协调能力却也较一般孩子长进，四岁半时就可以独自到宿舍区的公共浴池洗澡。但一次在托儿所的穿衣比赛中，女儿早早穿完，但扣子扣错了，不得不重新来过，结果，事与愿违，未能取得第一。于是，我就想办法抓住每一次这样的机会，尽可能帮她明白欲速则不达的道理。关于性急的人做事做两遍的意识，女儿很早就建立起来了。

到女儿少年的时候，我开始帮助她明白，有些事情一旦完成，就不可以再重新来过。也就是说，不是每件事都可以用两遍来纠正（比如说伤到自己或伤到他人）。

其实，在孩子的成长中，各种性情的养成不是独立的。比如说我们帮孩子明白“欲速则不达”的道理，实际上不单单是为了帮孩子戒除急功近利的躁动心理，也能增强孩子追求一次成功的愿望。因此，他会更加注重事前计划、预计后果、寻求措施、认真完成，这对养成认真负责的态度很有好处。

3.4.7不用错误纠正错误

我有个本家姐姐，那是我极为尊敬的，不为什么，就是尊敬。

就是这个本家姐姐，让我明白了一个道理：不能用新的错误来掩盖旧的错误，否则就会错上加错，后果更为不利，代价也会更大。

因为有这样的想法，所以在孩子的培养中，我就会比较注意这类事。

养女儿和养儿子有时候就是有些不同的，臭小子扔到哪里都放心，小丫头，就要妈妈们多为孩子想着些。

女儿小时候，我是不允许她单独串门的，即使是小朋友家，也必须让妈妈知道，妈妈同意了才能去，这和女儿是不是独立没有关系。如果我有福分再有一个女儿，我仍旧会这样要求，女儿就是女儿。

记得女儿大概五岁的时候，该吃晚饭了还不见女儿回家（通常女儿是在楼下与小伙伴玩的）。到孩子常玩的球场看看，也不见女儿的踪影。过了一会儿，女儿回来了，我便问道："去哪儿玩了？"

没想到，女儿因为知道妈妈不同意她串门儿，所以很不自然地说："灯光球场。"

我一下怔住了："我刚才去找你吃饭，没见你在那里呀。"

女儿从来不会说谎，这下慌了："妈妈，我到小雷家玩去了。"

看到女儿用新错误掩盖旧错误，我一下子就急了，黑起脸，抓过女儿的胳臂就是一下子。

女儿怔住了，我也怔住了。女儿长这么大，我从没有这样粗暴地对待过她，我怎么学会打孩子了？难道这不是错误。我和女儿同样是上天的孩子，上天什么时候给过我这样的权力。至今想起这件事来，我心里仍然充满了内疚，而且我也常和女儿提起她挨打的这件事情。

如果孩子不想去她是不会去的，她去说明她想去。她想去，妈妈又不让去，于是女儿才会说谎。有了那次的经历，我再也没有动过女儿一个手指头，亲爱的爸爸当然是从来都不会和女儿动粗的。

哪个孩子说谎也不是天性，即使孩子说了谎，我也没有权力打她。如果我有权力打孩子，那孩子就有说谎的权利。因为这两件事同样都是错误的。

我希望帮助女儿学会不用错误的行为去纠正错误，但我自己却没有做到。

3.5.1让着小弟弟

女儿两岁以前，我和爸爸两地分居，所以，我们就只能住6平方米的母子宿舍。女儿两岁时，爸爸从一个生产飞机螺旋桨的山沟里，调回到女儿的身边。于是，我们双职工，又带着孩子，就有机会分到一间14平方米的宿舍，尽管仍然是“团结户”（两家共用一个厨房、一个卫生间）。

和我们一起住在“团结户”的是一个带着小弟弟的同事。小弟弟比女儿小8个月。虽然我们必须住团结户，但我们感到很欣慰，以前和楠楠姐姐一起住的时候，女儿得到过姐姐很多照顾，使女儿有机会体会姐妹之情。如今，和小弟弟住在一起，女儿又有机会体会姐弟之意。这正是如今独生子女所缺乏的体验。

小弟弟虽然不是亲弟弟，但我要教孩子学会爱幼，不能让女儿过于“霸道”。小弟弟常常和姐姐一起玩，姐姐也常常到小弟弟家玩耍。有时候，弟弟不小心把姐姐的什么玩具弄坏了，姐姐就会攥着拳头，脸气得通红，眼泪在眼睛里打转，勉强不会掉下来：“好妈妈，我不能打他，他还小呢。爸爸会帮我修好，对吧。”是啊，爸爸总是帮女儿把仅有的几样玩具修理好。

我感谢那些住“团结户”的日子，让女儿体会了很多独生子女家庭无法体会的和其他孩子一起生活的经验。

亲爱的女儿，我知道，长大后，你宽容的心里，会盛满了爱：爱父母、爱亲人、爱同学、爱老师、爱社会、爱国家、爱人类。

3.5.2打针不哭

每次女儿摔倒时，她总会紧绷着小脸对我说：“我勇敢，一会儿就不疼了。是吧？好妈妈！”可那时她正疼得难受呢。

“妈妈，大人摔倒是不是都不哭？”

“当然了。”

带孩子出游的时候，偶尔会在公共汽车站，看到赶公车的成年人急急忙忙地摔倒后立即爬起来赶车。我们就会趁机告诉女儿：“你看，叔叔摔到了，一声都不哭。”

女儿两岁四个月的时候，我接受一项测绘任务，必须到另外一个城市工作一个月，这对妈妈和女儿来说都是一个考验。那时家里没有电话，这意味着从未离开过妈妈的女儿，必须和爸爸单独生活一个月，而不会得到妈妈的消息。

我不了解女儿当时的感受，我只知道那一个月对我来说实在是太漫长、太艰难、太难熬了。好不容易完成任务，下午两点半回到久别的家。可是，来到楼下，看到窗帘掩着，我的心揪得很紧，预感到有些问题，因为那应该是爸爸上班，女儿上托儿所的时间。“一定是病了。”我快速冲上楼去，女儿和亲爱的爸爸正躺在床上睡觉，脸通红通红的。他们一块儿发烧了。

“别担心，打过针，快好了。”爸爸安慰我。

“几天了，为什么不给我写信。”我含着眼泪。

“女儿很勇敢，每次去医院都是我先打针，我不哭，女儿也不哭！真是个好孩子。”爸爸自豪地说。

3.5.3只哭不闹

女儿的耳朵轮上，有一个先天性瘘管，俗称“仓眼”。农村还有所谓：“前仓粮，后仓糠，耳朵轮上仓衣裳”的说法。姥姥当初还很是为此得意，“这孩子，命好，大了有的是衣裳穿。”

谁知，正是这个“衣仓”，常常进水，造成发炎化脓，让女儿吃了很多苦头儿。到女儿三岁时，我们在医生的建议下，决定为女儿实施手术，彻底“清仓”。

手术前我不断地为女儿做工作，我知道，要让一个三岁的孩子不害怕手术是不可能的。但我力争让她能主动配合，以减少由于孩子过度挣扎造成的痛苦与意外伤害。

“手术会打麻药针儿的，所以不会疼，但你肯定有点儿害怕，对吧，好孩子。”

“你是个勇敢的孩子，手术时，你要是害怕，就大声地哭，妈妈就在你身边，爸爸也会在你身边的，想怎么哭就怎么哭。不过，一定不要动，要不，会割坏耳朵的。”

女儿当然不想割坏耳朵。手术开始之前，医生说是小孩子一定会拼命挣扎（经验如此），坚持用医疗被单将女儿裹起来，以免影响手术。这时，女儿就已经开始抽噎，当开始打麻醉针时，女儿的哭声已经撕心裂肺了。

但是，女儿，你让妈妈揪心地感动，虽然你从未经历过这样的惊恐，但你表现出坚定的毅力。你大声地哭喊：“妈妈呀，好妈妈……”但是，你连小脚丫都未曾动一下。

三岁的女儿，妈妈正和你一起经历这一切，你的每一声哭喊，都揪动着妈妈的心肝血肉。妈妈的泪水一直淌进脖颈里，直到你离开手术台。妈妈把你抱在怀里，依旧陪着你抽噎着。

女儿呀，坚毅比哭闹更让人心动。

3.5.4炼就好身板

为了女儿的健康，我让女儿在通风窗下睡觉。为了不让女儿着凉，聪明的爸爸将被子的四角系在床角。女儿两三岁的时候，爸爸天天早起带女儿在院子里玩耍，还教女儿做早操。我在厨房里忙早饭的时候，总能听到女儿和着爸爸的节奏喊着“伸伸脚，抬抬手。一、二、三、四，二、二、三、四。”到女儿五岁的时候，爸爸开始带她跑步。跑一次两次好说，要想让孩子天天跑，可不大容易。

爸爸总是有很多办法激发女儿的兴趣。

“明天我们早点儿去看你的红火车”。那时的火车都是草绿色的，只有北京到广州那次列车是橘红色的，那列火车总是在早上七点钟经过我们家的附近。

“你跑小河那边，爸爸跑小河这边，桥头集合。”

为了叫女儿起床，我也用很多办法。

袋鼠起——女儿搂住妈妈的脖子，妈妈带女儿起床。

兔跳起——妈妈在床下跳一下，女儿坐起，再跳一下，女儿才肯起床。

……

时间长了，女儿跑步和起床就没什么大问题了。

我们早早地锻炼女儿的体质，使她免于生病。女儿很少生病，即使偶尔害了病，也是很轻松地就过去了。

所以，不要把孩子圈到屋里，揽在身边。在和家长们讨论有关孩子是圈养还是放养的问题时，我曾发表过如下议论：

什么叫圈？什么叫放？无非是身和心的养育而已。对孩子的身，要放、要炼、要强，圈在家里行吗？对孩子的心，要启发、要刺激、要帮助他辨识真、伪；善、恶；美、丑。不将孩子带入社会，不让他观察，不让他认识行吗？所以，只能是一个“放”字。但放不等于不管。要帮助我们的孩子炼就好身板、学会辨识、学会克制、学会独

立、学会交流、学会独处、学会融于群体之中、学会独立于群体之外……

要让孩子时刻感受到自由、快乐，这是他的权利；要时刻在内心深处关注孩子，预测他可能遇到的问题和困难，及时给予协助与支持，这是我们的责任。

要孩子成长，家长放心的唯一办法是让他有个好身体，学会独立处理事务。

3.6.1语言与理解

细心的妈妈一定会发现，孩子十来个月的时候有两个比较特别的现象。

一种情况是，孩子喜欢在床上撅着小屁股拱来拱去。知道为什么吗？因为他又想学着独自站立，又怕自己摔着。于是便爬非爬、坐非坐地撅起屁股拱来拱去。记得那时，我常常和女儿在床上玩耍，很快女儿就学会了走路，成为一个站立的人。有的小孩子学会走路很晚，不知是不是粗心的妈妈错过了这个关键的时期。

另一种情况是孩子很喜欢注视妈妈说话时的嘴巴。于是，我常常有意识地对着女儿的面庞，慢慢地喊出："妈妈、爸爸、姥姥……"等单词，女儿有时嘴巴动一动，但还不能发出准确的声音。在这个过程中，女儿似乎得到很多快乐与成功感，并在较短的时间内学会了说话。

记得有一篇儿童心智研究的文章说：测试表明，一个十七岁孩子智力的百分之五十，在孩子四岁半之前就已经开发完成了。而且，这百分之五十主要是儿童的语言和心理能力，而不是知识。所以，无论如何，我不可以错过女儿最初四年的心智开发。

女儿两岁多的时候，我常常将唐诗中形象具体的短诗念给女儿听，但更多的是给女儿讲身边的故事。因为，给孩子讲的东西必须具体，孩子才能理解。有一次带女儿到市里去玩儿，途经一片麦田，女儿望着车外说："妈妈，离离原上草。"

记得鞠萍姐姐讲故事中，有小狗熊乘火车的故事。为了让女儿理解，我把女儿带到厨房，给她看蒸汽是如何把壶盖顶起来的。于是，女儿就理解了煤燃烧，烧开了水，水变成蒸汽，蒸汽推动轮子，火车就跑起来的道理。如果我们只给孩子讲很多故事，孩子能够记住的便只是一些单句和单词了。

女儿身体很好，不常害病。但有一次例外，女儿五岁的时候，一次发烧了，天天吊抗生素和盐水，连续五六天都未见好转。在女儿吊盐水的时候，为了减轻女儿的不安和安慰女儿，我就和她轮流编故事。所有的故事都是“拇指姑娘”的续集。因为，拇指姑娘太小，买东西、上学都会遇到别人遇不到的困难，要编故事就必须设计一些情节，还要想办法帮助拇指姑娘克服困难。既锻炼语言，又开发心智，关键是能帮我们度过难熬的吊盐水的时光。后来到省医院才知道，原来女儿发烧是病毒性的，青霉素根本不起作用，换用抗病毒药物后，女儿很快就好了。这件事让我很内疚，我让女儿在小医院耽搁的时间太久了，让女儿受了很多不必要的辛苦，还差一点儿害女儿得肺炎。从那次以后，我知道，孩子害病时，家长不能过于大意，应该早一点儿带孩子到专业医院去诊治。

邻居女儿才刚刚一岁多一点点，退休在家的姥姥（一位大学老师）就教会孩子认识一百多张鸟儿的图片。有些鸟儿长得十分的相像，甚至于我都没有见过，也分不清楚。但那骄傲的小公主，竟能按姥姥的要求准确无误地一张张指认清楚。那么点点大的孩子，还能认清一百多张汉字卡片，这让我十分的羡慕。仔细一想，同龄的女儿虽分不清卡片上的鸟儿们，但经常回农村老家的女儿，清楚地知道：公鸡唱晓，母鸡下蛋；鸭子游水，鹅儿护院；喜鹊在树上安家，燕子在屋檐下产卵。同龄的女儿虽不识“牛、马、羊”几个字，但她见过羊儿跪乳，牛儿拉车，骡、马、驴儿犁地耕田。

女儿，你不要难过，虽然你还不能认识那些文字，但你已经理解那些事物了，你认识牛、马、羊比认识“牛”、“马”、“羊”也许更重要。

3.6.2热爱生活

我打算发展女儿优良的兴趣，启发她的思维与审美。不过我没有多少钱，所以在给女儿买玩具时我总是很用心，每买一件玩具都是女儿最喜欢的。每次买玩具，我们都事先想好了，如果没有合适的就暂时不买。

我觉得孩子的玩具不适合太多，太多的玩具容易让孩子养成浪费和精力不集中的毛病。我们给女儿买过惯性小汽车，爸爸还拆开车壳，让女儿看看为什么没有电机小车也能自己跑。我们买得最多的是一些插片玩具，女儿一直玩了五六年，直到上小学时还很喜欢玩。

我也自己动手给女儿做一些布玩具，有时，剪些碎布头，在硬纸板上贴个布娃娃或别的什么图画；有时也会将一张挂历折叠割开，再和女儿玩拼图游戏；我还和女儿一起为布娃娃们做点儿小衣服。

我也和女儿讨论一些生活问题，比如说家里每月收入少，柴米油盐酱醋茶的支出情况及其他支出的能力。从而让孩子了解生活真实的一面，激发她对生活的真挚之情。女儿三岁半的时候，有一次，我随口和爸爸说起这个月的生活有点紧张了。没想到，女儿在旁边自豪地说："好妈妈，我有钱。"

"是吗？"我很惊奇。

"我有六十块钱。"

原来，女儿把那些一分、二分的纸币攒了起来，用皮筋儿扎住，小心地放在她的抽屉里。

"好孩子，有你这六十块钱，妈妈就宽松多了。"我眼里热热的。

女儿也不总是这么乖的。记得在她不到两岁的时候，常常闹着要吃冰糕，我就给她解释吃多了会肚子疼的。有一次，我的朋友张叔叔带女儿出去玩，路过老奶奶的冰糕摊位。

张叔叔，这儿卖糕。不买，肚肚疼。"张叔叔没有在意。

回来时，当然还要经过此处。

“张叔叔，这儿卖糕。不买，肚肚疼。”

这下张叔叔明白了：“你是不是想吃，咱们买一根吧？”

“好！”女儿大声地应道。

你看，千万别小看孩子，他们很有心计呢。

我常常觉得，如果我们的孩子热爱生活，他们就会快乐许多。他们快乐着，我们就幸福着。

爱也是智慧。心中没有爱的人，要智慧又有什么用。

3.6.3亲历知识

有过那次教女儿认颜色的经历后，我就懂得了开发孩子的知识智力是急不得的，否则说不定适得其反，导致孩子对知识的反感。

其实，生活中处处都有知识，用心给孩子讲解生活中遇到的知识，比煞有介事地教孩子乘法口诀要有趣得多。

女儿三岁两个月时，和爸爸在院子里玩，突然她兴奋得脸都红了，大声喊道："爸爸，快看，我举手比房还高。"爸爸很奇怪，不知她为什么会冒出这样的话来。

原来，她举起小手，向远处望去，小手自然会越过房檐。所以，她惊奇地发现自己长着这么高的手。

于是，爸爸回家拿来手电筒，将一块小砖头放在一块大砖头的前面，再把手电筒放得低低的向后照起来。

"谁挡住手电筒的光了？"爸爸问。

"小砖头。"

"小砖头比大砖头高吗？"

"不高。"

于是，女儿似懂非懂地了解了一些关于视线的知识。

我前面说过，女儿常常和妈妈爸爸一起去买蜂窝煤。有一次，我有意让她数一数一块蜂窝煤有几个孔，看她会不会被中间四个横竖交叠的孔弄糊涂。果然，女儿横数一遍，纵数一遍，一共数出十六个孔。于是，我捡来一根树枝，把它折成十六根小木棍。

"好吧，你数一个孔就放进去一根小棍，看看能放几根。"我轻轻地说。

"当然要放十六根了。"女儿很自信的样子。

"不一定，试一试再说。"

于是，女儿认真地一边数一边放。突然，她高兴地跳起来："好妈妈，我知道了，中间四个孔我数了两遍。不是十六个，是十二个。"

你看，实践出真知吧。

所以，我们教孩子知识，一定要用具体的事物启发和引导他们的思维。孩子会背乘法口诀和会做乘法是两回事。

3.6.4能力与自信

做父母的，没有不关心孩子智力开发的，关键是一定不要把智力与知识混为一谈。汉语词典对智力的解释是："人认识事物和运用知识、经验解决问题的能力"。而知识则更侧重于知道和认识，其本身没有"力"的内涵，知识的力量是通过智力因素显现出来的。所以，要开发孩子的智力，实际上是尽量激发孩子的工作积极性，提供让其运用知识、技能去解决问题的机会，提供有益的经验，否则"力"字何来?

我们很注重女儿对事物、语言的理解能力的培养，而不大关注女儿认识了多少个汉字。在讲图画故事时，我也总是尽量引导女儿理解人物的内心与行为，很少给她念那些文字。"讲"故事，就一定要"讲"，否则就成了读故事，而不是讲故事了。

仔细想想，其实这真的很有道理，两个三年级的学生所能认识汉字的多少，几乎没有多大差别。但他们对人、事、物的理解，他们的思维方式和小小的价值观念却可能相差甚远。认字多少的差距很容易缩小，而要缩小人在思维习惯、价值观念、认识能力上的差异就不那么容易了。而小孩子的这些习惯，恰恰需要在很小的时候就要锻炼和养成的。

我们开发女儿的智力，常常交给女儿一些看起来对她那个年龄还太难的事情，诸如让她一个人去洗澡、买菜、收拾桌子。有一次，还让她独立去卖废品。她很成熟很认真地在那里做主，我就在一边看着，向她解释废铁回收后如何炼钢、旧书报如何造纸、碎玻璃如何吹制酒瓶等。

女儿上幼儿园大班的时候，那年她五岁。六一儿童节，幼儿园举办文艺联欢会。他们在"育红班"（学前班）里找了一个小朋友，让他做文艺演出的主持人。可是这个表现不错的小朋友就是弄不清那些议程与发言稿。女儿的老师很自信地推荐了比他还低一年级的女儿替换他主持联欢会。

我向她说明："好孩子，主持人先要告诉人们演出什么时候开始；还要替幼儿园欢迎来看节目的人（我用替，不用代表）；要告诉人们哪个节目先演出哪个节目后演出，什么时候演出结束；还要替幼儿园谢谢大家来看节目。明白了吗？"女儿很用心地点点头。

"主持人发言就是替幼儿园欢迎大家。"然后，我一句一句地为她讲解欢迎词，包括欢迎词的行文结构也一并讲解，这有助于女儿记忆发言内容的顺序。第二天，女儿就把大约三四百字的发言稿朗读得很好。

女儿连续两次主持了幼儿园的六一演出，直到她"毕业"。

孩子做的事越多，思维就越活跃，思维越活跃，办法就越多。办法多的孩子总是看上去更自信，更有胆量，也更让大人放心。

3.6.5计划与注意

计划、注意与心智开发不无关系。我还没做妈妈的时候，就见过很多这样的孩子，他们聪明、睿智，但父母总是在抱怨孩子做啥啥不成。后来我明白了，这些孩子的共同特点就是：不会计划，也不能长时间地集中注意力。

我之所以在女儿婴儿时期就培养她性情中安静的一面，就是这个原因。不是我冷酷，是我太知道同事们的苦处了。

女儿很小的时候，开始一件事情之前，我总会随意地问道："我们先干啥才好呢？"一旦工作开始，我就想办法鼓励她一次完成，绝不用其他事情干扰她。事情结束后，我们总是会清理好战场、玩具。

女儿七八个月的时候，我给她一个驳扣钱夹（买来玩，没装过钱），扳动驳扣，叭的一声就或开或合。女儿觉得很有趣，有时叭叭地玩上很长时间。每每这时，我都示意姥姥别理她。

我的同事们经常说："只要我的孩子能集中精力学习，别的什么事都不做都行。"我认为无法集中精力学习的孩子，并不仅仅是无法集中学习精力，他很可能对费些精神或力气的事情都不很集中，这实际上是习惯的培养问题。你绝不能指望孩子不会集中精力做事，却能集中注意力学习。

影响孩子集中精力的因素主要来自家长，家长还反过来抱怨孩子。父母聊天看电视、父母买了太多的玩具、父母太喜欢和孩子黏在一起、父母太喜欢包办代替……如果我们不只把精力注意在孩子的学习上，而是时刻注意帮助孩子养成对事认真、努力、一事到底的品性，他对学习自然也是同样的态度。尤其是对不大喜欢的事，也要保持客观的、积极的态度，这种品质的养成是非常需要时间、非常需要下工夫的。

我一般不太过于迁就女儿，所以，女儿相对来说就有一定的自制能力。小孩子是很聪明的，她知道什么时候可以耍赖，什么时候耍赖

也不行。喜欢耍赖的孩子，多半都是因为父母过于迁就，耍赖很容易成功的缘故。时间长了，恶性循环，耍赖就成了一种毛病。

孩子的问题，其实是家长的问题。不要等孩子显现出精力不集中的问题时才去关注，要在孩子四五岁以前就帮助养成集中精力的好习惯。如果孩子已经有了不能集中注意力的习惯，我们做父母的要拿出耐心，着力用长时间慢慢培养，不能指望孩子多年的习惯一日得到解决。养成习惯需要时间，改变一个习惯需要更长的时间。如果父母失去耐心和信心，孩子指望谁去？！

别说小孩子，我们大人谁喜欢挨批评呢？所以，孩子只适合鼓励和引导，不适合批评指责。先找点容易实施的事，鼓励他一件事做到底。让他负点责任，享受一下自己计划和实施，最后自己评判的乐趣。逐渐增加一些事情，让他做的事越多，负的责任越大，对注意力的要求越高，慢慢地也就养成了集中精力的习惯。

培养孩子，急不得、慢不得，紧不得、松不得，要内紧外松，坚持不懈。

计划能帮助孩子管理好自己的事务，最主要地是管理好自己的时间。注意力能让孩子打开所有知识大门的门锁。一个有计划、能集中注意力的孩子，很少完不成任务。

3.7.1和谐与尊重

我们总是努力使家庭中充满和谐的阳光。虽然女儿在一岁半以前爸爸并不和我们生活在一起，不过我有意识地总是和女儿谈论爸爸的事情，和她一起期盼爸爸哪天回来探望我们。所以，两地分居并未影响爸爸和女儿间的亲密情感。女儿从不像有的孩子那样，在父母之间明显选择妈妈作为依赖对象。

女儿周岁那年国庆节，爸爸回来探望我们。节后，当爸爸背着包要离开的时候，周岁的女儿哇哇地哭起来，脸憋得通红，满脸都是泪水，嘴里不停地喊着："爸爸……爸爸……"那种依恋着实让爸爸不敢回头望一眼。

我和爸爸约好，尽可能不把工作中的不愉快带回家。爸爸非常钟爱女儿，不过他是个急脾气，急起来会对我和孩子提高嗓门。每到这时，我就会狠狠地瞪他一眼，虽然他正怒火中烧，但马上他就意识到不能这样。

实际上，我的脾气更坏一些，有时还伴有歇斯底里。每每这时，爸爸就会温和地叫我："走吧，好人，我们出去遛达遛达。"每次遛达回来，我就心平气和了。爸爸还讽刺我，把这种"散步"叫做"清空回收站"。

女儿犯错误的时候，我从来不会又吼又叫地训斥她。反而会心平气和地说："没什么，要是妈妈也会那样做的。"我总是安慰她，等她平静了，提防批评的心情松懈的时候，才具体告诉她，如果当时采用这样的办法（办法会很具体，以便帮助孩子知道是哪里疏忽了）就能避免错误了。通常女儿很容易接受这样的建议，一般不会重复犯同样的错误。

我想，让孩子看到父母彼此尊重，才会尊重父母；孩子被父母尊重，才会去尊重别人。

3.7.2勤奋与积极

对于每一个健康、健全的人来说，人生最重要的东西莫过于快乐了。然而，我们很难把握和言传何谓快乐。不过有一点是可以肯定的，一个勤奋、积极的人，比一个懒惰、被动的人更容易真正感受到快乐。因为，烦恼和郁闷是需要时间来排解的。

有时候我们很希望孩子积极努力地工作（更多父母只希望孩子积极努力地学习），自己却很少做出榜样。这时，我们的希望往往会变得苍白无力。

爸爸回到我们身边了，但他必须为此付出代价，从航空业转向民用产品开发。“愚公”勤奋、积极，两座大山都未阻住去路，也绝不会被工作吓住的。那时女儿刚刚一岁半，就经常伴着爸爸的书声入睡。周六、周日，女儿也常常和我送爸爸去设计室。有几次，爸爸回来淡淡地告诉我们：“所长也去加班了。”又有几次，爸爸回来说所里开会了，所长表扬我敬业。

爸爸很快成为业务骨干，在四年的时间里，从普通设计员，到设计室副主任，主任，再到副所长，真所谓连升三级，还被破格晋升为高级工程师。女儿正是伴着爸爸的进步长大的。

“爸爸加班了，我们来做饭吧。”于是，女儿总是绕在妈妈身边，一会儿递棵葱，一会儿拿瓣蒜……

有一次，好像是女儿五岁时的一个夏天，妈妈居然派她去自由市场买葱（给了她五毛钱），被妈妈的同事高阿姨撞见领了回来。结果女儿一见到妈妈，眼里就冒出泪水来：“是高阿姨帮我买的，我跟阿姨说了，我自己能行。”

“高阿姨，你还不知道吧？我家闺女可不是小孩子了，能帮妈妈做很多事呢。”

“不过正好，我还需要买一块生姜。好孩子，你还愿意再跑一趟吗？”

“行。”女儿拿上钱又跑了出去。

其实，哪个孩子都有做“大事情”的憧憬，期望证明自己的能力有多强。只是因为我们没有注意到孩子的这一需求，或是因为我们常常低估了孩子，结果才让孩子缺乏做事的机会。孩子的积极性是在不断做事的过程中慢慢培养起来的，绝不是我们用所谓激励的言语鼓励出来的。积极实际上也是一种状态，一种习惯。

女儿无论在家，还是在托儿所，都是一个积极的孩子。我是说她是一个积极的孩子，而不是说表现积极。表现积极带有某种目的性，是受理性左右而为。女儿的那种积极，不是为了什么，而是一种自然状态，是一种自然心性的外在体现。

父母的态度，会影响孩子，父母的精神，会感染孩子。当勤奋与积极成为一种心性的时候，劳动就成为一种需要。当劳动成为一种需要的时候，劳动者就会感到惬意。

学习也是一项劳动，只不过这项劳动持续时间比较长而已。如果你没有培养孩子爱劳动的天性，怎么能指望他会积极地学习呢。

3.8.1不听阿姨的

女儿一岁半就入托儿所了，到两岁多的时候，就能帮助保育员做些事情了，如帮着管管小朋友，帮阿姨分发午餐，收拾碗筷等，这些劳动对孩子很有好处。

我不是那种动不动就告诉孩子“你要听阿姨话”的妈妈，而是鼓励孩子坚持正确的，即使为此引起阿姨短暂的不快，也要坚持原则。

有一次，女儿回来告诉我：中午睡觉，阿姨让她看着小朋友，谁不睡就拿教杆打谁。我对女儿看小朋友没有疑义，无非孩子少睡一小会儿，这不会对孩子有什么损害，反而能激发孩子的责任心。但是，我坚决反对让女儿做“小法西斯”。

“好孩子，打人可不好，不论谁叫你打，你也不应该打。”我告诉女儿。

“那小朋友不睡觉怎么办？”

“你可以轻轻敲一敲他的床边，告诉他睡觉时间到了。”

“好吧，妈妈，阿姨让我打我也不打。”

大人的话未必全都正确，所以，不能仅仅教孩子做个听话的孩子，要教会孩子分辨正确与否。另外，从孩子小的时候，我们就应该教会他们平等地对待别人。只有平等地对待他人的孩子，在遇到不平等待遇的时候才敢于起来捍卫自己的利益。

3.8.2打疼他

生活是很矛盾的，刚刚还告诉孩子“打人不对”的妈妈，怎么突然来个180°大转弯，教孩子打起人来了？

我说过，我感谢“团结户”的那些日子，我们拥有很多的快乐，但也有一些难以处理的问题。比如说，女儿告诉我，她在走廊蹲便盆的时候，不懂事的小弟弟拿笔什么的戳她的脸。这是比较危险的，因为有可能扎伤眼睛，那可不是闹着玩的。

“是吗，你可以使劲打疼他的手，他就不敢再戳你了。”小弟弟也知道自己是不对的，打过一次后，果然就不再有第二次了。

女儿的幼儿班里，有个调皮的小男孩，总喜欢招惹点是非。

“牛牛老打人，今天他还打我了。”有一次，女儿回来告诉我。

“好吧，下次牛牛再敢打你，就让牛牛知道你的厉害，使劲打他的屁股。不过，可别向后推他。”

“推他怎么了？”女儿不解地问。

“那他摔倒会磕破头的，磕破头是很危险的。”

“好吧，我使劲打他的屁股。”

过了几天，女儿的老师告诉我：“你闺女可有意思了，和小朋友打起来，一定要找到屁股，找不到屁股是不打的。”

是啊，在女儿追着找小朋友的屁股的时候，她已经把打架变成追逐游戏了，哪里还记得自己的初衷呢。

我不是教育家，又只有机会教养自己唯一的女儿（都是独生子女），所以，既不敢谈据典，又不敢论引经。好在我还背过几句三字经，在此作为养在幼年的结束语。

“人之初，性本善。性相近，习相远。苟不教，性乃迁。教之道，贵以专。”所以，不论你支持性善论，还是支持性恶论，都是不打紧的。善也罢，恶也罢，反正人的天资都是差不多的，彼此很是接近，天资极好与极差的人并不多。皆因后天所受的影响不一，各自性情亦

有不同。或勇或懦，或劳或惰，或宁或躁，或善思或混沌，皆因教与不教，此教与彼教而异。性之迁移，非一两日、一两年之功，必下狠工夫，持之有恒，专心致志方可奏效。

后记

女儿考上了清华大学，大家都很高兴。许多人前来问长问短，不外是问“育儿经”，希望能“学”到点“经验”，运用于自己的育儿实践中。可怜天下父母心，谁不望子成龙、望女成凤呢？!于是，自己从对个别人的口头交流，到“勇敢”地“开博”，只是想与大家分享育儿的快乐而已。没想到受到那么多的网友关注，大家鼓励我写成书出版，说那会让更多的母亲和孩子受益。在广大网友的鼓励下，有了大家看到的这本书。

事实上，没有哪本书、没有任何人的经验是放之四海而皆准的。或者说，机械地套用任何人的经验都是危险的。

有一个故事说，给两个驯兽员阅读同样的驯兽技巧书，让他们穿一模一样的服装，他们使用同样的手势和语言指挥雄狮。结果，一个人可以指挥雄狮跃起钻过火圈，另一个却未必做得到。

为什么？

所以，我们不是要教会孩子什么，不是要教会孩子知道什么，而是要教会孩子懂得些什么。我们教孩子，是为了要激发孩子自己的心性潜能，不是把他们培养成我们自己。

不倚于人性，知识会变得苍白无力。偏偏人性这东西不可见，不可摸。这就为我们家长提出了挑战，我们为人母，为人父，就没有理由不反省自己，没有理由不完善自己，没有理由不提高自己。

我们所要做的是：多听、多看、多想。关键是多想。要想对孩子有帮助，我们做父母的通过多想，形成自己的、客观的、科学的、理性的、整体的、持续的（当然都是尽可能的）一些想法。我常常看到这样的父母，看很多东西，听很多建议，不断地更换方法，结果忙忙乱乱，把孩子弄得不知所措。我觉得帮孩子成长最怕的就是这个。

断章取义、顾此失彼是常有的。但孩子的一岁、二岁……不常有。

以为用所谓成功的经验，就能使自己的孩子一夜飞跃，那也多少算是误区。关键是你要有自己的想法，营造适合自己和孩子成长的快乐氛围。

所以，谁也不管用，除了你自己。

我的拙记，是想向大家贡献一些想法。每位妈妈都会找到适合自己与孩子的技巧。

祝天下的妈妈能够

如愿！

作者

2008年